УТВЕРЖДЕНО:

И.о директора МОУ ИРМО

«Большеголоустненская ООШ»

А.В.Шоноев\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ежедневное меню**

**МОУ ИРМО "Большеголоустненская ООШ" Детский сад**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | **3-7 лет** | | | | | | **1-3 года** | | |
| **№** | **Наименование блюда** | | | **Масса порции** | **Ккал** | | | | | **Масса порции** | **Ккал** | |
| **Прием пищи Завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | Сырники | 1/180 | | | 134,50 | 1/130 | | | | | 101,64 |
| 2 | | Напиток кофейный с молоком | 1/200 | | | 118,71 | 1/180 | | | | | 106,84 |
| 3 | | Яйцо вареное | 1/40 | | | 56,40 | 1/40 | | | | | 56,40 |
| 4 | | Батон | 1/30 | | | 78,27 | 1/20 | | | | | 52,18 |
|  | | **Итого завтрак:** |  | | | **387,88** |  | | | | | **317,06** |
|  | |  |  | | |  |  | | | | |  |
|  | | **Второй завтрак** |  | | |  |  | | | | |  |
| 1 | | Напиток кисломолочный (йогурт) | 1/170 | | | 90,0 | 1/140 | | | | | 70,15 |
|  | | **Итого второго завтрака:** |  | | | **90,0** |  | | | | | **70,15** |
|  | | **Итого оба завтрака:** |  | | | **477,88** |  | | | | | **387,21** |
| **Прием пищи Обед** | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | Огурец в нарезке | 1/50 | | | 6,67 | | | 1/30 | | | 4,0 |
| 2 | | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 1/200/25 | | | 136,50 | | | 1/150/25 | | | 114,51 |
| 3 | | Котлета рыбная из белой рыбы ПФ | 1/70 | | | 122,01 | | | 1/60 | | | 76,48 |
| 4 | | Макароны отварные | 1/140 | | | 180,41 | | | 1/110 | | | 144,01 |
| 5 | | Сок фруктовый в ассортименте | 1/200 | | | 86,60 | | | 1/150 | | | 64,95 |
| 6 | | Хлеб ржаной./хлеб пшеничный. | 1\30\30 | | | 61,80/70,14 | | | 1/10/25 | | | 20,60/58,45 |
|  | | **Итого обед:** |  | | | **664,13** | | |  | | | **483** |
| **Прием пищи Полдник** | | | | | | | | | | | |  |
| 1 | | Рагу из курицы | 1/150 | | | 193,0 | | 1/120 | | | | 153,20 |
| 2 | | Чай с облепихой и сахаром | 1/180 | | | 46,67 | | 1/150 | | | | 25,60 |
|  | | **Итого полдник:** |  | | | **239,67** | |  | | | | **178,80** |
|  | | **Итого за день:** |  | | | **1381,68** | |  | | | | **1049,01** |

**«11» декабря 2023 г.**